

10月20日(月)

よい姿勢で食べてますか？



きょうのこんだて

はくさいのクリームに
あげギョーザ
ちゅうかあえ
ライむぎパン
ぎゅうにゅう

あか	(おもにからだをつくる) ぎゅうにゅう・けいにく・ にくギョーザ
き	(おもになつやちからのもとになる) ライむぎパン・サラダあぶら・ クリーム・でんぶん・あぶら・ さとう・ごまあぶら・ いりごま(しろ)
みどり	(おもにからだのちょうしをととのえる) はくさい・たまねぎ・にんじん・ むきえだまめ・なましいたけ・ さんどまめ

クイズ 13 「ギョーザ」は中国から伝わった食べものですが、何とよばれているでしょう？

一口メモ

①ゴクー

②チャオズ

③ポウズ

○今日の給食の「はくさいのクリーム煮」のとりみは、じゃがいもデンプンです。(一般に片栗粉と呼ばれています。本来は、ユリ科のカタクリの地下茎から作っていたのですが、採取が困難なため、じゃがいもデンプンを代用するようになりました)中華料理のとりみつけは、じゃがいもデンプンが使われます。とりみをつけるデンプンは、他にも小麦アレルギー対応として9・10月使用した米粉もあります。



○ハロウィンはスコットランド・アイルランドに起源を持つアメリカのお祭りです。聖人の祝日の前夜(10月31日)に行われるお祭りです。



6年生による10月の掲示です。

産地調べ

はくさい	長野県	にんじん	北海道	生しいたけ	徳島県
たまねぎ	北海道	むき枝豆(冷)	台湾	三度豆(冷)	タイ

ごみの分別 普通ごみ…牛乳キャップ・パン添加物の袋 今日のプラごみ…牛乳フード